AnaMaria Receitas

TORTA ALEMÃ PRÁTICA

Você faz com ingredientes que tem em casa!

16 de novembro de 2018/Parte integrante da revista AnaMaria nº 1153. Não pode ser vendida separadamente.

https://dietasreceitaspraticas.blogspot.com

RECEITAS Testadas e aprovadas



e ainda:

- Quibe assado recheado
- Pudim de pão com chocolate
- Frango com creme de queijo
- Taça de pêssego e morango

Empadão de legumes

Ingredientes

Massa

- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de sal
- ½ xícara (chá) de margarina
- ½ xícara (chá) de gordura vegetal hidrogenada
- 1 ovo batido
- 5 colheres (sopa) de água gelada
- 1 gema para pincelar

Recheio

- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 cebola picada
- 1 colher (sopa) de extrato de tomate
- 2 tomates maduros picados
- 2 latas de seleta de legumes (reserve a água da conserva)
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo
- Sal, pimenta-do-reino e cheiro-verde picado a gosto

Rende: 14 porções
Calorias por porção: 567

Modo de preparo

Massa: peneire a farinha de trigo e o sal. Adicione a margarina e a gordura vegetal e misture com a ponta dos dedos até obter uma farofa. Acrescente o ovo, a água e misture até incorporar. Embrulhe em filme plástico e leve à geladeira por 30 minutos.

Recheio: aqueça a margarina e refogue a cebola até murchar. Junte o extrato de tomate, o tomate, a seleta de legumes, a farinha de trigo dissolvida na água da conserva e mexa até engrossar. Acrescente o sal, a pimenta-do-reino e o cheiro-verde. Misture e deixe esfriar. Abra metade da massa com um rolo entre duas folhas plásticas e forre o fundo e a lateral de uma forma de aro removível com 20 cm de diâmetro. Espalhe o recheio. Abra o restante da massa e cubra a torta. Com as sobras de massa, decore a torta a gosto. Pincele com a gema e leve ao forno, preaquecido, por 40 minutos ou até assar e dourar.



Receita desenvolvida pela Puro Sabor®

DIVULGAÇÃO

dietasreceitaspraticas.blogspot.com



Creme de tapioca superprático

Ingredientes

- 6 xícaras (chá) de leite
- 1 pau de canela
- 1 xícara (chá) de tapioca fina
- 1 vidro de leite de coco
- 1 xícara (chá) de açúcar

Calda

- 300 g de polpa de pitanga congelada
- ½ xícara (chá) de açúcar
- 2 colheres (chá) de amido de mandioca ou de arroz
- 2 colheres (sopa) de água

Modo de preparo

Numa panela, aqueça o leite e a canela. Retire do fogo e junte a tapioca. Misture bem e reserve por 1 hora. Numa panela, coloque o leite de coco e o açúcar. Leve ao fogo baixo mexendo até ficar um creme não muito grosso. Ao esfriar, distribua em seis taças.

Calda: numa panela, junte a polpa previamente descongelada e o açúcar. Deixe ferver. Ponha o amido, já dissolvido na água, e mexa até engrossar um pouco. Sirva frio sobre o creme.



ANDRÉ FORTES

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Quibe assado recheado

Recheio

- ½ maço de hortelã picado
- 1 embalagem de creme de ricota (220 g)
- Sal a gosto

Quibe

- 1 ½ xícara (chá) de trigo para quibe
- 2 berinjelas
- 1 cebola picada
- 2/3 de xícara (chá) de nozes picadas
- ½ colher (sopa) de sal
- ½ colher (chá) de cominho
- ¼ de colher (chá) de pimenta-síria
- 2 colheres (sopa) de azeite

Modo de preparo

Recheio: misture muito bem a hortelã e o creme de ricota. Tempere com o sal e mexa bem. Reserve.

Quibe: lave o trigo e escorra. Aqueça 4 xícaras (chá) de água e despeje sobre o trigo. Deixe de molho por 30 minutos, coberto com filme plástico. Lave as berinjelas e faça furos por toda a superfície. Coloque-as em um prato e leve-as ao micro-ondas, em potência média, por 16 minutos, abrindo a cada 4 minutos para verificar se já estão cozidas. Escorra a água do trigo e aperte bem em uma peneira para retirar o líquido. Abra as berinjelas e, com o auxílio de uma colher, retire toda a polpa. Bata a polpa no liquidificador até que os pedaços se desfaçam. Em uma tigela, misture a berinjela, a cebola, as nozes, o trigo, o sal, o cominho e a pimenta . Mexa muito bem com as mãos até ficar homogêneo.

Montagem: com uma colher (sopa) de azeite, unte uma forma de 27 x 13 cm. Cubra o fundo da forma com metade da massa de berinjela e alise a superfície com as mãos. Espalhe o creme de ricota e hortelã e cubra-o com a massa restante. Pressione e alise a superfície. Faça cortes superficiais horizontais e verticais para marcar o quibe e regue-o com o restante do azeite. Asse por cerca de 40 minutos.



DIVULGAÇÃO

dietasreceitaspraticas.blogspot.com



DIVULGAÇÃO

Torta alemã prática

Ingredientes

- 400 g de biscoito maisena
- 170 g de açúcar
- 8 gemas
- 400 g de margarina
- 600 g de creme de leite
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 390 g de leite condensado
- 24 g de gelatina incolor

Modo de preparo

No liquidificador, triture o biscoito até formar uma farofa fina. Reserve. Na batedeira, bata o açúcar, as gemas, e a margarina até ficar um creme branco e fofo. Acrescente o creme de leite, a essência de baunilha e o leite condensado. Hidrate a gelatina incolor com 10 colheres (sopa) de água. Misture-a ao creme e reserve.

Montagem: em uma forma de fundo removível, alterne camadas de farofa de biscoito e creme de baunilha. Leve para a gelar. Desenforme e decore com mais farofa de biscoito.

Receita desenvolvida pela marca Pilar

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Biscoito de polvilho

Ingredientes

- 600 g de polvilho azedo
- 1 xícara (chá) de água quente
- 1 xícara (chá) de leite
- ¾ de xícara (chá) de óleo
- 2 ovos
- Sal a gosto
- ½ xícara (chá) de queijo parmesão ralado

Modo de preparo

Misture o polvilho com a água quente. Acrescente o leite e o óleo, misturando bem. Adicione os ovos, o sal e mexa até ficar uma massa homogênea e densa. Se precisar, coloque um pouco mais de polvilho. Utilizando um bico de confeitar, faça roscas sobre uma assadeira untada. Polvilhe o queijo ralado e leve ao forno, preaquecido, até assar e dourar.

Dicas: sirva acompanhado com café, chá ou suco. É uma deliciosa opção para o lanche da tarde ou café da manhã.



Rende: 40 unidades
Calorias por unidade: 12

Receita desenvolvida pela Tupperware®

DIVULGAÇÃO

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Pudim de pão com chocolate e coco

Ingredientes

Recheio

- 3 ovos
- 3 xícaras (chá) de leite
- 2 ½ xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de coco ralado
- 100 g de chocolate ao leite picado

Massa

- 3 pãezinhos amanhecidos

Modo de preparo

Recheio: no liquidificador, bata os ovos, o leite e 1½ xícara (chá) de açúcar. Misture com o coco e o chocolate.

Montagem: corte os pãezinhos em fatias finas. Com o restante do açúcar, caramelize uma forma de 32 cm com furo no meio. Coloque uma camada de pão e uma camada da mistura do liquidificador. Alterne as camadas até o fim dos ingredientes. Leve ao forno, em banho-maria, por 50 minutos.

Dicas: use coco ralado fresco. Você pode substituir o coco por queijo ralado.



ORMUZD ALVES

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Espaguete com carne e legumes

Ingredientes

- 500 g de espaguete cozido al dente
- 1 kg de iscas de carne
- Sal e pimenta-do-reino a gosto
- 300 ml de azeite
- 300 g de cebola em tirinhas
- 600 g de acelga em tirinhas
- 200 g de pimentão verde em tirinhas
- 200 g de pimentão amarelo em tirinhas
- 200 g de pimentão vermelho em tirinhas
- 300 g de cenoura em tirinhas

Modo de preparo

Numa panela com água e sal, cozinhe a cenoura por 1 minuto. Escorra e reserve. Tempere a carne com o sal e a pimenta. Aqueça o azeite e sele a carne. Junte a cebola, a acelga, os pimentões e a cenoura. Misture o refogado de carne com o espaguete. Se necessário, acerte o sal e a pimenta. Sirva.

Receita desenvolvida pela marca Pilar®



dietasreceitaspraticas.blogspot.com



Rende: 16 porções
Calorias por nonono: 144

ORMUZD ALVES

Mosaico com creme de leite e baunilha

Ingredientes

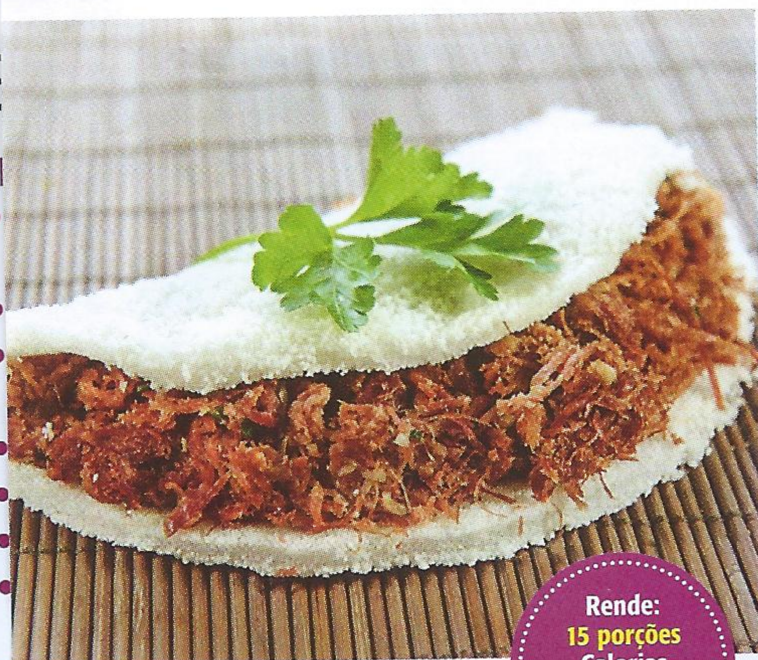
- 1 pacote de gelatina sabor limão
- 1 pacote de gelatina sabor morango
- 1 pacote de gelatina sabor abacaxi
- 1 pacote de gelatina sabor uva
- 500 ml de leite
- ¼ de xícara (chá) de açúcar
- 3 colheres (chá) de essência de baunilha
- 1 pacote de gelatina incolor

Modo de preparo

Prepare separadamente cada gelatina com metade da água pedida nas instruções da embalagem. Leve à geladeira e deixe endurecer. Corte cada gelatina em cubos. Reserve. Em uma panela, coloque o leite, o açúcar, a essência de baunilha e deixe ferver. Acrescente a gelatina incolor dissolvida de acordo com as instruções da embalagem. Deixe esfriar. Unte uma forma com óleo e água. Distribua os cubos de gelatina e, por cima, o creme. Leve à geladeira.

Dica: de preferência, use forma de silicone ou plástico.

dietasreceitaspraticas.blogspot.com


DIVULGAÇÃO

Rende: 15 porções
Calorias por porção: 220

Tapioca de carne-seca

Ingredientes

- 1 kg de goma para tapioca
- 1 colher (chá) de sal
- Coco ralado fresco a gosto
- 1 kg de carne-seca desfiada
- Manteiga a gosto

Modo de preparo

Peneire a goma, acrescente o sal e misture. Aqueça bem uma frigideira, em fogo baixo. Espalhe uma camada fina da goma no fundo da frigideira. Quando começar a soltar as bordas, coloque o coco ralado e a carne-seca. Feche a tapioca e pressione as bordas com uma colher. Vire, retire do fogo, passe manteiga sobre ela e sirva logo em seguida.

Receita desenvolvida por Divino Fogão

Musse de chocolate branco e limão-siciliano

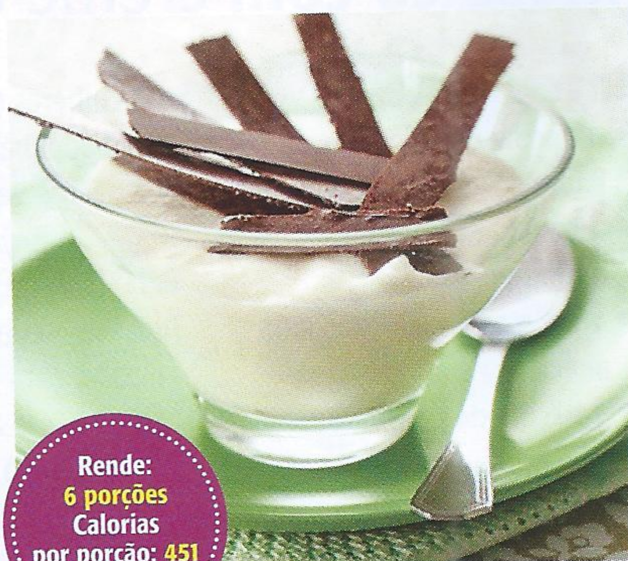
Ingredientes

- 300 g de chocolate branco
- 1 caixa de creme de leite light
- 2 claras batidas em neve
- 1 colher (chá) de raspas de limão-siciliano
- Tiras de chocolate a gosto

Modo de preparo

Numa tigela, ponha o chocolate e o creme de leite. Leve ao micro-ondas por 2 minutos, mexendo na metade do tempo. Continue mexendo até ficar homogêneo. Espere esfriar. Adicione as claras batidas e as raspas de limão. Misture sem bater. Divida entre 6 taças e leve à geladeira até ficar firme. Antes de servir, decore com as tirinhas de chocolate escuro.

Dica: se preferir, use raspas ou confeitos de chocolate escuro no lugar das tiras.


ANDRÉ FORTES

Rende: 6 porções
Calorias por porção: 451

dietasreceitaspraticas.blogspot.com


DIVULGAÇÃO

Rende: 4 porções
Calorias por porção: 357

Frango com creme de queijo

Ingredientes

- 5 colheres (sopa) de manteiga sem sal
- 1 xícara (chá) de uva-passa branca
- 1 embalagem de creme de ricota (250 g)
- ½ xícara (chá) de leite
- 3 colheres (sopa) de alcaparra picada
- 4 filés de peito de frango
- Noz-moscada ralada, sal e pimenta-do-reino a gosto
- ½ maço de tomilho picado

Modo de preparo

Derreta 3 colheres (sopa) de manteiga e adicione a uva-passa. Deixe cozinhar, mexendo sempre por 3 minutos, ou até que as uvas absorvam a manteiga e fiquem "infladas". Junte o creme de ricota, o leite e a alcaparra, mexendo bem, até ficar homogêneo. Quando levantar fervura, desligue o fogo. Reserve. Tempere os filés com o sal e a pimenta. Em uma frigideira de fundo grosso, bem aquecida, coloque o restante da manteiga e, assim que ela derreter, adicione os filés. Doure-os dos dois lados. Aqueça o molho, adicione o tomilho e sirva sobre o frango, acompanhado de salada de folhas.

Receita desenvolvida pela Tirolez®



ANDRÉ FORTES

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Polenta ao forno com carne moída

Ingredientes

Polenta

- 1 litro de caldo de legumes
- 1 ramo de alecrim
- 50 g de margarina
- Sal a gosto
- 2 xícaras (chá) de fubá
- 1 caixa de creme de leite
- 4 colheres (sopa) de queijo ralado

Molho

- 2 colheres (sopa) de azeite
- 400 g de carne moída
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados
- Sal e pimenta a gosto
- 400 ml de molho de tomate
- Salsa picada e mussarela ralada a gosto

Modo de preparo

Polenta: leve ao fogo para ferver o caldo de legumes, o alecrim, a margarina e o sal. Retire o alecrim e, aos poucos, acrescente o fubá. Deixe cozinhar bem, mexendo de vez em quando. Desligue o fogo e misture o creme de leite e o queijo. Coloque a polenta em um refratário untado com um pouco de óleo. Reserve.

Molho: aqueça o azeite e refogue a carne. Junte a cebola, o alho, o sal e a pimenta. Mexa bem e misture o molho. Cozinhe por 10 minutos. Distribua o molho sobre a polenta, polvilhe com a salsa e a mussarela e leve ao forno por 15 minutos. Sirva em seguida.



ORMUZD ALVES

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Taça de pêssego e morango

Ingredientes

- 1 lata de pêssego em calda escorrida
- 1 lata de leite condensado
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 colher (sobremesa) de amido de milho
- 2 caixas de morango
- 200 ml de creme de leite fresco

Modo de preparo

No liquidificador, bata bem os pêssegos, o leite condensado, o leite, a manteiga e o amido de milho. Transfira essa mistura para uma panela, leve ao fogo brando e, sem parar de mexer, cozinhe até engrossar. Distribua o creme até metade das taças e leve à geladeira até firmar. Lave, enxugue e corte os morangos em quatro. Na batedeira, bata o creme de leite até dar ponto de chantilly. Complete as taças com os morangos e cubra com o chantilly. Retorne as taças para a geladeira até a hora de servir.



ORMUZD ALVES

dietasreceitaspraticas.blogspot.com



ORMUZD ALVES

Maria-mole de chocolate

Ingredientes

- 1 envelope de gelatina incolor em pó
- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- 3 colheres (sopa) de chocolate em pó
- 1 xícara (chá) de coco ralado

Modo de preparo

No liquidificador, bata a gelatina hidratada e dissolvida de acordo com as instruções da embalagem, o leite condensado, o creme de leite e o chocolate em pó. Coloque em uma forma com furo central de 22 cm, untada com um pouco de óleo. Leve à geladeira até firmar. Desenforme, cubra com o coco e sirva.

Todas as nossas receitas são feitas com as medidas-padrão de culinária.

TABELA DE MEDIDAS

Açúcar
1 xícara (chá) 180 g
1 colher (sopa) 12 g
1 colher (chá) 4 g

Chocolate em pó
1 xícara (chá) 90 g
1 colher (sopa) 6 g
1 colher (chá) 2 g

Farinha de trigo
1 xícara (chá) 120 g
1 colher (sopa) 7,5 g
1 colher (chá) 2,5 g

Arroz
1 xícara (chá) 200 g

Líquido (água, óleo...)
1 xícara (chá) 240 ml
1 colher (sopa) 15 ml
1 colher (chá) 5 ml

Manteiga
1 xícara (chá) 200 g
1 colher (sopa) 12 g
1 colher (chá) 4 g

Quanto servir
Consumo médio por pessoa:
Massa: 100 g
Arroz: 75 g
Legumes: 100 g
Carnes: 150 g (filé)

SEGURANÇA NA COZINHA

Contra queimaduras

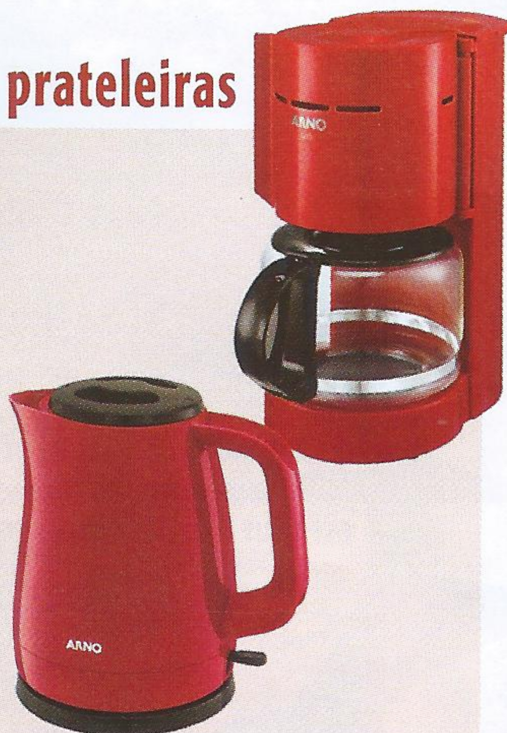
Regras de ouro para evitar acidentes

■ Não use avental de plástico nem ponha panos ou papéis perto do fogo.
■ Use os bicos de trás do fogão para fazer frituras e nunca jogue os alimentos na panela. Mergulhe-os com uma escumadeira ou um garfo de cabo longo.
■ Mantenha o cabo das panelas voltado para o centro do fogão.
■ Proteja as mãos com luvas térmicas ao fazer frituras e retirar panelas do fogão ou travessas do forno.
■ Como existe o risco de a fritura respingar, use um jaleco ou blusa de mangas longas.

FOTOS: DIVULGAÇÃO

dietasreceitaspraticas.blogspot.com

Novidades nas prateleiras



Eletrodomésticos vermelhos
A linha UNO, da Arno, é composta por Cafeteira que faz até 30 xícaras de café e tem base aquecedora, e Jarra elétrica que garante agilidade no preparo de bebidas e refeições. R$ 160.



Manteiga de búfala
A Levitare apresenta a manteiga de búfala na versão tablete em caixinha. Com sabor e textura suaves que, além de não alterar o sabor original das receitas, agrega mais brilho aos pratos. Preço sob consulta.

Bolinhos sem lactose
Os novos Bolinhos da Galinha Pintadinha, da Village,estão disponíveis em dois sabores: laranja e chocolate - com uma receita para os intolerantes à lactose. Preço sob consulta.





FOTOS: DIVULGAÇÃO

DIRETOR-SUPERINTENDENTE
Luis Fernando Maluf

DIRETORES CORPORATIVOS
Editorial: Claudio Gurmindo (*Núcleo Celebridades*) e Pablo de la Fuente (*Núcleos Novos Leitores e Mensais*)
Comercial: Márcio Maffei
Finanças e Controle: Filipe Medeiros
Internet: Alan Fontevecchia
Jurídico e RH: Wardi Awada
Digital: Guilherme Ravache

DIRETORIA E GERÊNCIAS
Publicidade (SP): Thaís Haddad (*diretora*)
Circulação: Luciana Romano (*Assinaturas*)
Tecnologia Digital: Nicholas Serrano
Arte, Prepress e Coordenação Gráfica: André Luiz Silva

AnaMaria Receitas

Editora: **Izabel Duva Rapoport**; Repórteres: **Ana Bardella**, **Júlia Arbex** e **Karla Precioso**; Editora de Arte: **Marli Miler**; Revisão: **Hellen Ribeiro**; Colaboradora: **Daniela Cunha** (*Arte*)

ANAMARIA 1153 (ISSN 1413-8042), ano 23, nº 7, é uma publicação da EDITORA CARAS. **Edições anteriores**: Ligue para **0800-777 3022** ou solicite ao seu jornaleiro pelo preço da última edição em bancas mais despesa de remessa; sujeito a disponibilidade de estoque. **Distribuída em todo o país pela Dinap S.A.** Distribuidora Nacional de Publicações, São Paulo. **ANAMARIA** não admite publicidade redacional.

IMPRESSA NA GRÁFICA ABRIL:
Av. Otaviano Alves de Lima, 4400, CEP: 02909-900, Freguesia do Ó, São Paulo, SP



EDITOR RESPONSÁVEL
Wardi Awada

dietasreceitaspraticas.blogspot.com


POLENTA AO FORNO COM CARNE MOÍDA


MARIA-MOLE DE CHOCOLATE


EMPADÃO DE LEGUMES


ESPAGUETE DE CARNE E LEGUMES


TAPIOCA DE CARNE-SECA


MOSAICO COM CREME DE LEITE


SIGA NOSSO INSTAGRAM
@revistaanamaria


SIGA NOSSO FACEBOOK
/revistaanamaria

dietasreceitaspraticas.blogspot.com